

El arte de acompañar

*Tatiana Sotomayor**

*El espíritu sopla donde quiere, oyes el ruido
pero no sabes de dónde viene ni adónde va.
Eso pasa con todo el que ha nacido del Espíritu¹.*

El acompañamiento en la Espiritualidad Ignaciana

En nuestras vidas son muchas las experiencias vitales que tienen elementos propios del acompañamiento. Encarnamos rasgos de la figura del acompañante cuando nos desempeñamos como padres o madres, como maestros, e incluso cuando trabajamos como terapeutas; en todos esos casos desempeñamos servicios ministeriales para crear belleza, vida libre, desarrollo y verdad.

Ahora, en particular, el acompañamiento ignaciano se expresa en forma de «diálogo espiritual», entendido éste como una comunicación interpersonal en la que el acompañante ayuda al acompañado en su crecimiento espiritual apoyando particularmente en el área de clarificación y discernimiento. En dicho contexto de «*conversación clarificante*» se capacita al acompañado para comprender, objetivar y articular su camino espiritual y para discernir y responder a las mociones del Espíritu en su propia vida.

Visto de esta forma, podemos decir que el acompañamiento es un arte y como tal necesita de artesanos. Es un camino pedagógico en el que se debe tener la capacidad de mirar con profundidad para reconocer una historia santa, un camino de salvación, es una senda que debe desarrollar nuestra capacidad para seguir a Cristo, aún en las

* Coordinadora de Ejercicios del Centro Pastoral san Francisco Javier de la Pontificia Universidad Javeriana en Bogotá. Miembro del Equipo de apoyo CIRE.

¹ Jn 3,8

dificultades y sin desfallecer. Podríamos pensar que se necesitaría un maestro sabio y con gran experiencia que pudiera aclarar las dudas que habitan en nuestro corazón, pero no, los verdaderos maestros son los que saben callar ante la complejidad de la tarea, invitando a hacer caminos propios más allá de cualquier receta que facilitara nuestras búsquedas.

Aprender a acompañar es aprender a reconocer cómo la gracia de Dios opera en cada hombre y en cada mujer, y lo hace de una manera propia, adecuada a su historia, a su personalidad y a sus deseos más profundos. El Dios de Israel es un Dios que sabe acompañar y lo hace con suma delicadeza. Lo vemos en su relación con Moisés, con Abraham y con David.

En el nuevo testamento, Jesús es el Maestro, y se nos presenta como un hombre acompañado y acompañante de camino. Recordemos, por ejemplo, el texto de Lucas *«En el camino a Emaús»*². En los acontecimientos que nos relata el evangelista, se nos muestra el acompañamiento como un *encuentro entre caminantes*. En medio del desencanto se cruza un caminante nuevo que pregunta: ¿qué van conversando? Los dos discípulos desean estar con Él y, poco a poco, casi sin darse cuenta, experimentan que el corazón les arde. La expresión *«quédate con nosotros»* no es sino la manifestación del anhelo del retorno anunciado. Seducidos ellos por las palabras de Jesús son invitados a cambiar la lectura de los hechos. La consecuencia es que su alejamiento se hace relativo porque Jesús se une a ellos, allí donde ellos mismos pensaban haberse alejado de la comunidad y de todo su pasado reciente.

En el acompañamiento las preguntas son fundamentales. Algunas son invitaciones del acompañante: ¿en qué estás? ¿para dónde vas? ¿quién es Dios para ti?. Otras, son el fruto de nuestro propio trabajo de interiorización y encuentro con Dios: ¿quién soy yo para Él? ¿cómo me siento? ¿qué me está diciendo ahora? ¿a qué me invita en este momento de mi vida?. Preguntas que requieren desarrollar toda nuestra

² Cfr. Lc 24,13-35.

capacidad de recibir, de escuchar, y posteriormente, de ayudar a releer la realidad con ojos nuevos para finalizar celebrando.

Lo que ganamos al ser acompañados

El acompañamiento es el cuidado de una persona única que tiene existencia propia delante de Dios. Todos necesitamos ser acompañados: nadie se construye solo. Somos peregrinos de principio a fin, caminantes... y cuando hacemos el camino solos, es más fácil caer en manos de asaltantes. En el acompañamiento confiamos nuestra vida a otro, vamos haciendo camino juntos. Así el otro puede reflejar, comentar, ayudar a discernir la obra de Dios, y a través de su voz y su presencia permitimos reconocer la acción del mal espíritu... la cizaña. Lo que no siempre es fácil, pues aunque todos los seres humanos queremos ser honrados y vivir en la verdad, sentimos temor a tomar contacto con lo profundo de nosotros mismos... tememos dar el paso hacia un encuentro más desnudo con Dios.

El encuentro entre acompañante y acompañado es el espacio de valoración de lo interpersonal como el lugar privilegiado de la «*gracia*». El acompañamiento nos libera de la soledad y del encierro haciéndonos crecer en transparencia.

Resultaría peligroso hablar de la relación acompañante-acompañado como si formara un sistema cerrado y único: como si no hubiera un tercero actuando en ello y como si existiera un modelo ideal de relación que todos habrían de reproducir. La materia prima y la reserva principal de nuestro actuar como acompañantes será nuestra historia. Nuestras fuerzas y debilidades, la obra particular de Dios que cada uno de nosotros es.

La persona del acompañante: su delicada injerencia en la relación

Conscientes del muy delicado papel del acompañante en el reconocimiento que el acompañado pueda hacer de su existencia única ante Dios, es de vital importancia conservar presentes algunas guías generales que pueden orientar nuestra acción.

Ante todo, «*el acompañante deberá ser él mismo*». No se trata de aprender a comportarse de una determinada manera, como si esta ayuda fuera una destreza exterior a él mismo, más bien deberá

esforzarse conscientemente y con humildad en ser auténtico y coherente. El acompañante representa a Dios que sale al encuentro. Si es bondadoso, respetuoso y compasivo, si la bondad, el respeto y la compasión del Señor pasan por él, se logra una verdadera mediación.

Adicionalmente, es fundamental *«estar en contacto con los sentimientos y acoger las intuiciones»*. Mientras se acompaña a alguien lo que se siente y lo que se experimenta es una señal y apunta a algo que deberá ser descifrado, de ahí el valor de aprender a confiar en lo que surge espontáneamente, abrirse a la intuición, que como los grandes deseos sobreviene. La intuición surge como don del ser. La intuición es algo que el Señor pone para la persona que acompaña. Es fundamental tomarla en serio con mucho sentido común, discernimiento y sentido de fe, sin temor paralizante. Lo que quiere decir que no se llega lejos ayudando solamente desde la cabeza sino desde todo lo que uno es: cuerpo, razón, afectividad...

Por otra parte, el acompañamiento requiere *«desarrollar un sentido común de la vida»*, una mirada realista. El acompañamiento espiritual no es ni espiritualismo ni sicologismo. Un sentido común maduro, fruto de la experiencia en la fe, va a lo profundo e integra. Este sexto sentido que se cultiva, no sólo permite comunicar y actuar en libertad, sino que también impide jugar con las personas ensayando métodos psicológicos o tratando casos que superan la competencia y requieren de un especialista en la materia.

Actuar en libertad y con realismo nos permite también acoger desde lo hondo: *«acoger incondicionalmente»*, sin enjuiciar o moralizar. La acogida permite al otro ser él mismo. El asombro facilita estar abierto a lo que el Señor realiza en la persona.

Para ser acompañantes es también fundamental ser conscientes y *«aprender a manejar las transferencias y contratransferencias»*. A veces la persona que es acompañada proyecta cosas que no son, es importante la toma de conciencia de lo que sucede porque también el acompañante podrá experimentar sentimientos hacia el acompañado que no siempre corresponden.

Actitudes esperadas y no esperadas de un acompañante

➡ *«Nunca se insistirá lo suficiente en la importancia de ser discretos como acompañantes espirituales»*. Saber guardar bajo reserva

todo aquello que otras personas confían al acompañante es un presupuesto básico de nuestra tarea. Puede lesionar profundamente el que la vida confiada al acompañante durante los Ejercicios, o en un determinado momento en que alguien necesita ser escuchado, sea comentada con otros, vulnerando la confianza de la persona en cuestión y quizás haciendo daño a su buen nombre.

➔ *«La persona que acompaña está para ayudar no para agradar».* Esto implica ser amable en el trato, pero honesto y claro en lo que como acompañante se debe hacer y reflejar. Debemos cuidar también que el acompañamiento no se convierta en un encuentro entre amigos, o de hacernos cargo de la suerte del acompañado con actitudes paternas o maternas que no producen sino dependencia quitando libertad, gratuidad y belleza. Cuando esto se da es bueno preguntarse qué estamos haciendo, *«qué parte nuestra está entrando en la relación para perturbarla».* Trabajar en la verdad no siempre agrada, la cirugía duele pero sana; así también en el caminar cristiano.

➔ *«Acompañar es además aprender a ser compasivos».* Si hay algo que caracteriza a Jesús es la compasión, ese sentir y padecer con el otro. En el acompañamiento de personas la compasión va más allá de la empatía que puede ser sutilmente selectiva y no siempre duradera.

➔ *«El respeto por los tiempos y momentos de la persona es otra condición a observar».* El ritmo de quien es acompañado no es casi nunca nuestro ritmo. El crecimiento profundo y verdadero requiere tiempo y muchas veces se da en el silencio de la acción y de la vida: es el ritmo del buen Dios que respeta nuestros pasos. El valor de la espera está ligado a la confianza del dinamismo interior de la persona y en lo que Dios está haciendo en ella.

➔ *«La disposición para integrar fe y vida es otra actitud valiosa en el acompañamiento».* Muchas personas llegan al acompañamiento porque sienten algún tipo de desintegración en su vida. Se parte en muchos casos de algo vivido como desintegrado, algo que duele, que no se ajusta al ideal. Revalorar lo bueno en las personas, en la dinámica de la historia de salvación, es toda una tarea. Sobre esa base se construye. En el acompañamiento espiritual, muchas veces, ayudar es ayudar a aceptar o aceptarse, a convivir con los hechos, con la propia historia.

➔ «No ayuda 'predicar' ni querer que otros repitan las experiencias». Lo que a una persona le ha servido no necesariamente va a ayudarlo a otro. Claramente no es una ayuda hablar en abstracto ni juzgar moralmente al acompañado, aún cuando deben indicarse las implicaciones éticas de sus actos. Evitando, eso sí, proponer normas de conducta que no sean asumidas como pautas de vida, siendo esto lo que hacían los fariseos y el Evangelio nos muestra cómo sus prácticas fueron rechazadas por Jesús.

Desempeñarse como acompañante espiritual

El arte de acompañar es personal, ligado a un carisma. A veces creemos que con el solo hecho de tomar cursos se nos avala como acompañantes; *¡qué equivocados estamos!*; no es cuestión de conceptos.

Lo que más importancia tiene es tomar conciencia de la experiencia vivida por uno mismo en el acompañamiento, pues nadie puede acompañar si no ha sido acompañado, debemos hacer memoria en profundidad de cómo ha sido nuestra experiencia, de las personas más significativas y por qué, de los hechos y actitudes que ayudaron y los que no lo hicieron, de aquellas personas que no se desempeñaron debidamente... desentrañar las causas.

En ese ejercicio es siempre útil objetivar con alguien el servicio de acompañar a otros. Tener un grupo de referencia, compartir con otras personas que acompañan, no para conversar sobre las personas que son acompañadas, sino para conversar con otros sobre mi forma de acompañar, mis dudas, mis reservas, mis dificultades etc. Tener un grupo de acompañantes como referencia sirve para darme cuenta de muchos fenómenos que ocurren en el ministerio de acompañar, sobre todo me permite descubrir mi estilo personal de trabajo, fomentando lo positivo y modificando lo que no ayuda.

Es vital el tener siempre presente que el Espíritu Santo trabaja por igual en el acompañante y en el acompañado. En los Ejercicios Espirituales solemos decir que no se sabe quien hace más Ejercicios si el acompañante o el acompañado. Esta convicción de fe tiene que ser consciente y actuante desde el inicio del proceso hasta el final, cuanto más vívida sea, más acompañamiento profundo habrá.

Si una persona está buscando crecimiento espiritual y emprender un camino con el Señor, buscará muy posiblemente un acompañante que dé señales de haber ensayado él mismo este camino, que tenga experiencia y conocimiento de cómo «*estar con*» otra persona dejando que sea ella misma delante de Dios. El acompañante tendrá por tanto que ser capaz de escuchar cuidadosa, activa y perceptivamente. Deberá ser una persona que a medida que se da el proceso pueda ayudar al acompañado a tomar conciencia de su fuerza-en-el-Señor, permitiendo ser movido, ser desinstalado por esa fuerza... deberá ser una persona que pueda confiar en los criterios más hondos y válidos del crecimiento cristiano y que pueda estimularlo y permitirle responder a su manera a la acción transformadora de Dios. El acompañante volverá una y otra vez al Evangelio para beber del estilo, actitudes y camino propuesto por Jesús. La calidad y modo como Jesús acompañó y formó a los doce, como grupo humano y como personas, deberá ser siempre inspiración, referente y fuente para quien se arriesga a acompañar a otros buscadores de una vida toda en el Espíritu.

Finalizo recordando lo que he dicho anteriormente: el acompañamiento espiritual es un asunto de gracia. Es el Señor actuando en el que pide ayuda y en el que se presta para acompañar. Por eso el fruto del acompañamiento será siempre desproporcionado en relación al proyecto de ayuda del acompañante y a su trabajo. ¡Y es maravilloso que así sea! Tenemos así una señal de que es el Señor quien obra, más allá de nuestra siempre limitada capacidad de intervención.

[Sotomayor, Tatiana "El arte de acompañar". *Apuntes Ignacianos*. Santa Fe de Bogotá, 40 (enero-abril 2004), pp. 164-171]